

¿Qué es giardia?

Giardia es un germen (un parásito) que causa una enfermedad infecciosa (“giardiasis”) que afecta al estómago y al intestino. El germen de giardia es la causa más común de la diarrea en los Estados Unidos.

¿Cuáles son los síntomas de giardiasis?

Los síntomas más comunes son diarrea, excremento blando con mal olor, calambres (retortijones) en el estómago, hinchazón, aumento de gases, pérdida de apetito y peso. Los síntomas de giardiasis usualmente aparecen entre 7 y 10 días (pero a veces pueden tomar hasta 4 semanas en aparecer) después de haber ingerido los gérmenes. Los síntomas pueden aparecer y desaparecer por semanas en una persona que no ha recibido tratamiento.

¿Se enferman todas las personas infectadas con giardia?

No. Algunas personas infectadas con el parásito, solamente tienen síntomas leves y otras no tienen síntomas de ninguna clase.

¿Cómo se propaga la giardiasis?

El parásito tiene que ser ingerido para causar la enfermedad. Usted puede infectarse con giardia si come alimentos o toma agua contaminada con el germen. Los parásitos se multiplican en el intestino delgado y se pasan con la evacuación. La giardiasis por lo general se propaga cuando las personas no se lavan las manos con agua y jabón después de usar el inodoro o de cambiar un pañal. Las personas que tienen los gérmenes en sus manos pueden infectarse a sí mismos al comer, fumar, o cuando se tocan la boca.

También pueden propagar el germen a cualquier cosa que toquen, incluyendo la comida, la cual puede enfermar a otros. Los parásitos de giardia mayormente se propagan de persona a persona, tal como en centros de cuidado de niños y en instituciones donde la higiene personal no es buena debido a la edad (infancia o ancianidad) o por incapacidad. La giardiasis también puede propagarse de esta manera en el hogar.

¿Pueden los animales propagar la giardiasis?

Sí. Los parásitos de giardia se han encontrado en el excremento (heces) de muchos animales, incluyendo roedores, perros, gatos, ganado y animales salvajes. También se han encontrado en animales que viven cerca de suministros de agua, tales como el castor y la rata almizclada. Si estos animales contaminan el agua con su excremento, las personas se pueden enfermar si toman o nadan en el agua.

¿Cómo puede saber con seguridad si tiene giardiasis?

Su médico, enfermera o centro de salud deberá mandar una muestra de su excremento al laboratorio. El laboratorio mirará la muestra con un microscopio para ver si hay parásitos de giardia. Los gérmenes por lo general son difíciles de ver, por lo tanto ellos podrían necesitar más muestras de su excremento. Esta es la manera más común para averiguar si alguien tiene giardiasis. La giardia también se puede diagnosticar con una prueba de laboratorio utilizando una muestra del fluido o una biopsia del intestino delgado.

¿Cuál es el tratamiento para la giardiasis?

Hay varios medicamentos que se usan para el tratamiento de la infección por giardia y solamente se obtienen con una receta médica. Su médico también le puede recomendar que tome muchos líquidos como tratamiento para la diarrea.

¿Cómo se puede prevenir la giardiasis?

La giardiasis se puede prevenir por medio de una buena higiene y si usa precaución antes de tomar agua de origen desconocido.

Algunas reglas prácticas son:

- Siempre lávese bien las manos con agua y jabón antes de comer o de preparar las comidas, después de usar el inodoro, cambiado pañales y de haber tocado a sus animales domésticos.
- No tome agua que no ha sido tratada de la superficie de un suministro de agua, tal como de un estanque, lago o riachuelo (arroyo). Aunque el agua se vea limpia, puede contener parásitos de giardia, los cuales no se pueden ver sin un microscopio. Si ésta es la única agua que hay para beber, deberá hervirla por un minuto antes de tomarla.
- Si está cuidando a una persona con giardiasis, lávese bien las manos con agua y jabón después de haber tenido contacto con el excremento de esa persona (por ejemplo, después de haber cambiado pañales). Inmediatamente y con cuidado deshágase de cualquier material contaminado con el excremento, y siempre lávese las manos después de haber hecho esto.
- Si toma agua de un pozo o de la superficie de un suministro de agua privada, no permita defecar (evacuar, hacer necesidades) a personas o animales cerca del agua. Comuníquese con su departamento de salubridad para que le aconsejen como mantener su suministro de agua limpio. Si usa filtros para el agua, esto también podrá ayudar para deshacerse de los parásitos de giardia en el agua contaminada.

¿Hay algunas regulaciones de salud para las personas con giardiasis?

Sí. Como la giardiasis es una enfermedad que se puede propagar fácilmente a otras personas, la ley requiere que los proveedores de salud reporten los casos de giardia al departamento de salubridad local. Para proteger al público, las personas que tienen giardiasis y que trabajan en sitios donde están en contacto con comida (alimentos), deberán quedarse fuera del trabajo hasta que la diarrea haya desaparecido completamente y una prueba de laboratorio demuestre que no hay parásitos de giardiasis en el excremento. Si estas personas tienen diarrea y viven con alguien que tiene giardiasis, también deberán demostrar que no tienen parásitos de giardia en el excremento. Los lugares relacionados con comidas incluyen restaurantes, tiendas de sandwiches (emparedados), cocinas en hospitales, supermercados, fábricas para el tratamiento de comidas o productos lácteos. Esta regulación también incluye a trabajadores en las escuelas, programas residenciales, centros de cuidado de niños y centros de salud los cuales alimentan, proporcionan higiene dental (lavan los dientes de las personas) o dan medicamentos a clientes.

¿Dónde puede obtener más información?

- **Departamento de Salud Pública de Massachusetts** División de Epidemiología e Inmunización (617) 983-6800* o en el sitio de Internet del MDPH <http://www.mass.gov/dph/>
- **Su consejo local de la salud** (listado en la guía telefónica bajo la sección de gobierno)
- A través de su médico, enfermera o centro de salud

*Deseamos informarle que es posible que la persona que conteste el teléfono no pueda hablar con usted en español. Sin embargo, haremos todo lo posible por encontrar a alguien que pueda hablar con usted en su propio idioma.